



Trở Về Nhà Sau Cơn Bão: Giữ Gìn Sức Khỏe và Sự An Toàn

Vietnamese translation of "Returning Home After a Hurricane: Be Healthy and Safe"

(www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/returnhome.asp)

Dịch bệnh nguy hiểm chưa xảy ra trong các khu vực bị ảnh hưởng của bão, nhưng quý vị phải cẩn thận đừng để bị bệnh hoặc bị thương tích.

- Đừng đi vào một tòa nhà nếu ngửi có mùi khí đốt. Gọi 911. Đừng mồi lửa hoặc mở đèn lén.
- Mang giày cao cổ và bao tay không thấm nước để tránh cho tiếp xúc với nước lụt.
- Rửa tay thường xuyên với xà bông và nước sạch, hoặc dùng gel rửa tay có chất cồn.
- Để tránh đừng bị phong đòn gánh và nhiễm trùng, đi gặp bác sĩ khi có vết đứt bị bẩn hoặc thủng sâu.

Dọn dẹp nhà cửa và ngăn chặn mốc

- Mang ra khỏi nhà tất cả các đồ vật nào đã bị ngâm nước mà không thể làm sạch hoặc khô được.
- Sửa chữa những nơi bị xì, dột. Dùng quạt và máy chống ẩm, mở cửa ra vào và cửa sổ để bớt ẩm.
- Để chùi sạch mốc, trộn 1 chén chất tẩy vào 1 ga lông nước, rửa đồ vật với hỗn hợp nước tẩy, chà bẽ mặt nhám với bàn chải cứng, rửa với nước sạch, sau đó chùi khô hoặc để cho khô.
- Kiểm soát và chùi hệ thống sưởi, thông gió, và điều hòa không khí trước khi dùng.
- Để chùi các vật dụng có bề mặt cứng, không thấm nước, có thể đã tiếp xúc với nước lụt, trước tiên nên rửa với xà bông và nước sạch. Kế tiếp, khử trùng trong hỗn hợp của 1 chén chất tẩy với 5 ga lông nước. Sau đó để cho khô.
- Mang giày cao cổ và bao tay nhựa, và kính an toàn khi chùi với chất tẩy. Mở cửa sổ và cửa ra vào cho thoáng khí. Đừng bao giờ trộn chất tẩy với chất a-mô-niac. Hơi từ hỗn hợp này có thể giết người.

Không để bị ngộ độc các-bon môn-oxít

Đừng dùng máy phát điện, máy rửa áp suất, lò than, lò nấu dùng khi cắm trại, hoặc các dụng cụ đốt nhiên liệu bên trong nhà hoặc ở những nơi khép kín hoàn toàn hoặc một phần như nhà đậu xe, ngay cả khi mở cửa ra vào và cửa sổ. Đừng để các dụng cụ này bên ngoài cửa ra vào, cửa sổ hoặc lỗ thông hơi đang mở. Quý vị có thể bị ngộ độc hoặc chết vì các-bon môn-oxít, là chất khí không mùi, không màu từ nhiên liệu bị đốt cháy như xăng, than, hoặc khí đốt propan.

Giữ cho nước và thức ăn được an toàn

- Lắng nghe các công báo để biết xem nước máy tại địa phương có an toàn để uống, nấu ăn, chùi rửa, hoặc tắm hay không. Nếu nước chưa an toàn, hãy dùng nước trong bình, nấu nước sôi hoặc khử trùng nước.
- Nếu có công báo khuyên “nấu nước sôi”, đừng uống nước từ vòi nước hoặc dùng nước này để đánh răng trừ khi nước đã được nấu thật sôi trong vòng ít nhất là 1 phút hoặc khử trùng bằng chất tẩy clo không mùi dùng trong nhà (đổ 1/4 muỗng cà phê chất tẩy vào 1 ga lông nước đục; 1/8 muỗng cà phê chất tẩy vào 1 ga lông nước sạch).
- Đừng ăn thức ăn có mùi khác thường, có vẻ hư hỏng, hoặc đã tiếp xúc với nước lụt. Khi nghi ngờ, thì nên vứt đi.

Phòng ngừa bị thương vì điện giật

- Đừng sờ vào dây điện rót xuống đất. Chúng có thể có điện và có thể giật hoặc gây tử vong.
- Tắt nguồn điện ở ổ điện chính nếu còn ngập nước. Đừng bao giờ bật công tắc lên hay sử dụng một công cụ hoặc máy chạy bằng điện khi quý vị đang đứng trong nước.

Tránh tiếp xúc với thú vật và côn trùng

- Tránh bị muỗi cắn. Không nên sinh hoạt ngoài trời vào buổi tối và sáng sớm, đây là lúc bị muỗi cắn nhiều nhất. Dùng thuốc chống muỗi có chất DEET hoặc Picaridin.
- Tránh xa các thú vật hoang dã hay vô chủ. Chó vô chủ có thể đã bị thương tích hoặc sợ hãi, và có thể cắn quý vị. Gọi cho cơ quan thẩm quyền địa phương để bắt các con thú này.
- Vứt bỏ xác thú chết đúng theo các chỉ dẫn địa phương.

Lái xe cẩn thận

Trở về khu vực bị ảnh hưởng bão Katrina

(tiếp theo trang trước)

- Ngừng hẵn và nhìn cả hai phía ở tất cả các ngã tư. Lái xe từ từ và giữ khoảng cách thích hợp giữ xe của quý vị với xe khác. Cẩn thận với rác trên mặt đường.
- Thắt dây an toàn.
- Đừng lái xe khi quý vị đã uống rượu.

For more information, visit www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes,
or call CDC at 800-CDC-INFO (English and Spanish) or 888-232-6348 (TTY).